

## Ausrüstungsliste Hochalmspitze Südfeiler

### Bekleidung:

- Lange Kletterhose (Robustes Stretch-Material)
- Klettershirt und Wechselshirt
- Wärmende Fleece-, Primaloft-, oder Daunenjacke
- Regenfeste Hose und Jacke (Gore Tex)
- Handschuhe
- Stirnband oder Haube

### Technische Ausrüstung:

- Kleiner kompakter Rucksack 25 - 30 l
- Feste Zustiegsschuhe evtl. mit Gamaschen
- Kletterschuhe (Reibungskletterschuhe, Slicks)
- \* Leichte Steigeisen
- \* Klettergurt (Sitzgurt)
- \* Steinschlaghelm
- \* Abseilgerät (z.B. Petzl Reverso oder ATC Guide) mit Schraubkarabiner
- \* 1 leichte Bandschlinge 120 cm Länge mit Schraubkarabiner

### Diverses:

- Sonnenbrille
- Sonnencreme
- Mobiltelefon
- Kleine Stirnlampe
- Kleines Erste Hilfe Set mit persönlichen Medikamenten und Alu-Rettungsdecke
- Für Brillenträger: Ersatzbrille
- Mindestens 1 - 2 Liter isotonisches Getränk
- Energiereiche und gut verdauliche Jause (Jausenbrot, Müsliriegel, Gels, Schokolade)
- Ausreichend Bargeld
- Hygieneartikel im Kleinformat und dünner Hüttenschlafsack aus Seide oder Baumwolle

Mit einem \* gekennzeichnete Ausrüstungsgegenstände können kostenfrei geliehen werden. Wird Leihausrüstung benötigt muss dies bei der Buchung mitgeteilt werden. Die restliche Ausrüstung muss von jedem Teilnehmer vollständig mitgeführt werden, Ausnahmen können nach Absprache mit dem Bergführer erfolgen.